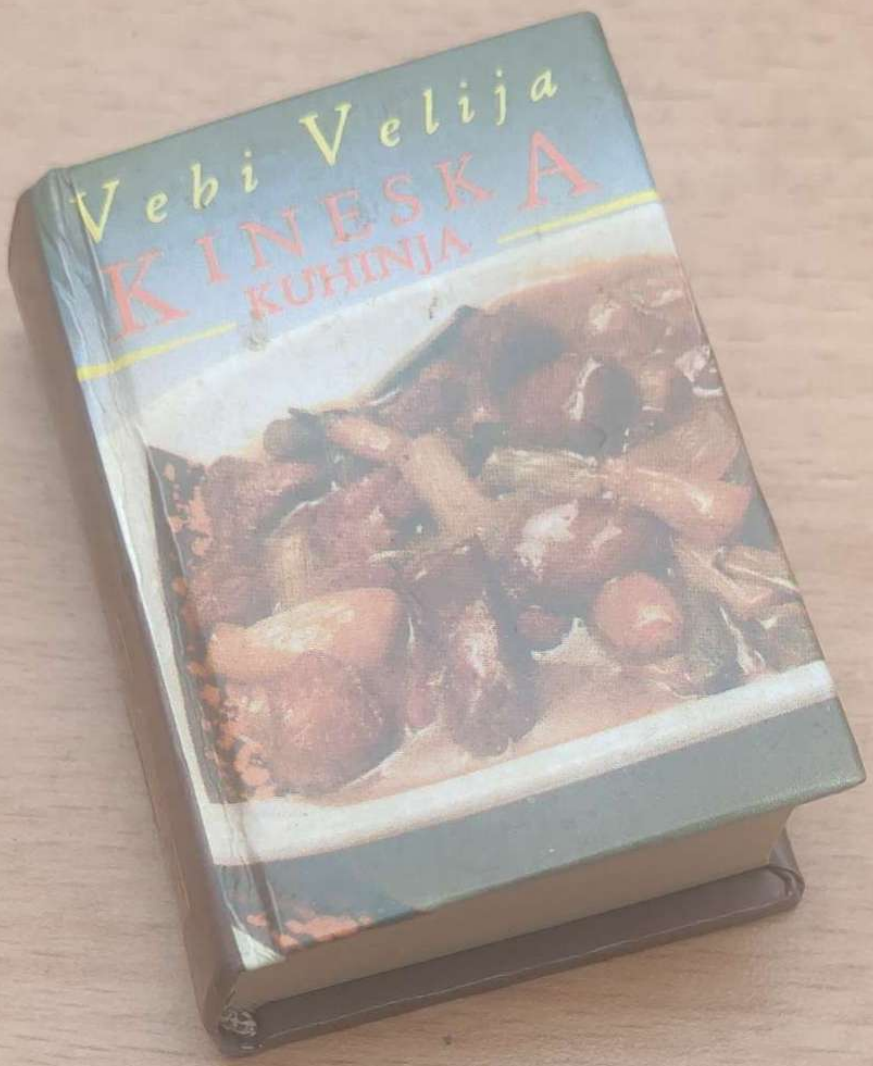
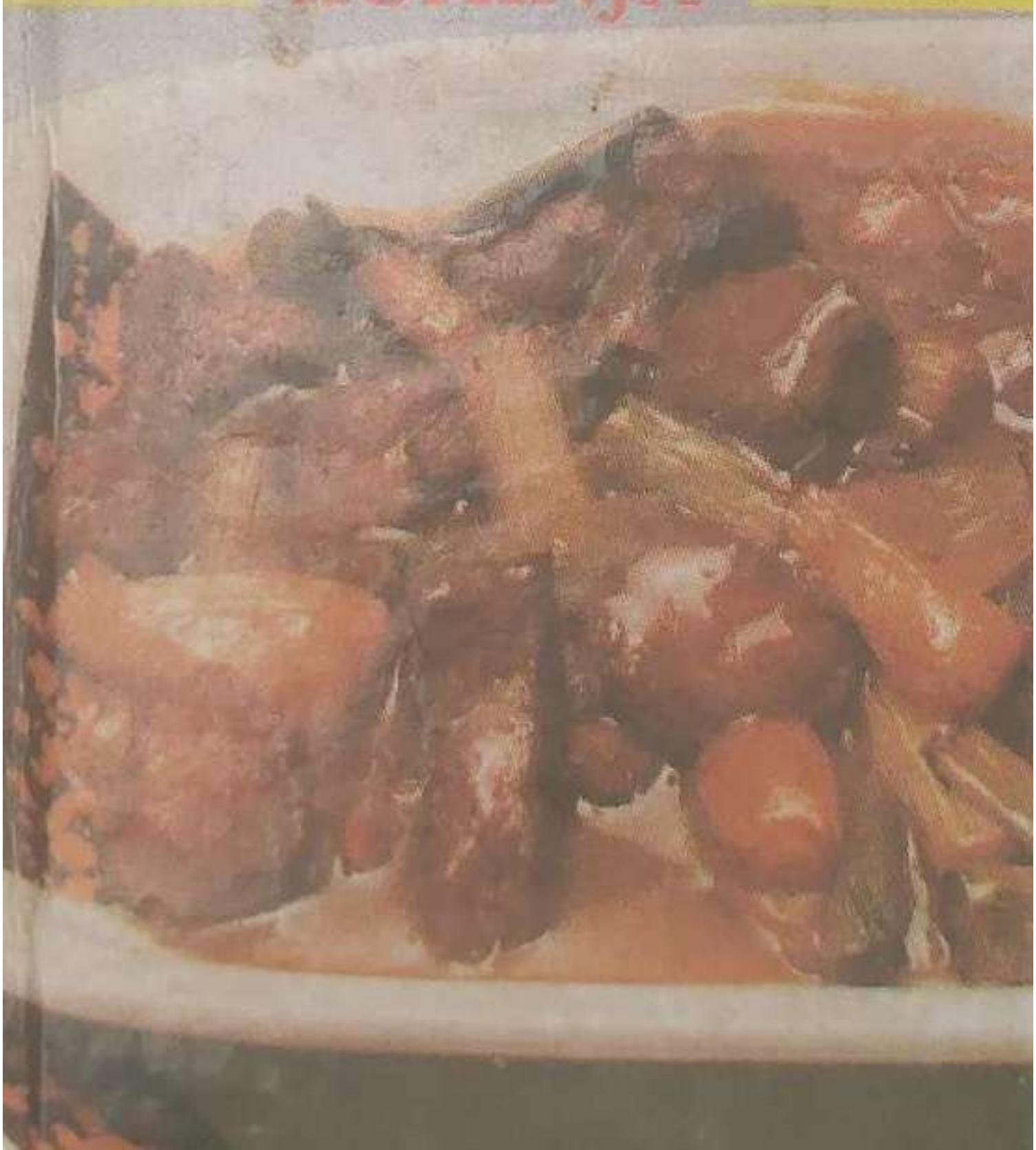

Vebi Velija
KINESKA
KUHINJA

Vebi Velija

KINESKA KUHINJA



IZDAVAČ
Grafički zavod Hrvatske
OOUR Izdavačka djelatnost
Zagreb, Preobraženska 4

ZA IZDAVAČA
Milan Zinaić

UREDNIK
Germide Minozzi

VODITELJ PROIZVODNJE
PROJEKTA MINI IZDANJA
Blaž Despenić

LIKOVNA OPREMA
Zoran Pavlović

TEHNIČKI UREDNIK
Rudolf Španjol

LEKTOR I KOREKTOR
Mira Pavlica-Stojčević

Vebi Velija

Kineska kuhinja

GRAFIČKI ZAVOD HRVATSKE

Sam svoj Kinez

(jedno originalno YU iskustvo orijentalne gastronomije)

Biti sam svoj Kinez, tj. kineski kuhar – nije tako teško i komplicirano kako se čini u prvi mah, uvjerit će se čitaoci ove knjižice. Obavijena velom orijentalne misterije, proglašavana za možda najbolju svjetsku kuhinju – dakako, uz francusku i recimo, talijansku – kineska je kulinar-

ska tradicija, preko SAD-a, posljednjih desetljeća osvojila i Evropu. Kod nas su se dugo godina o njoj širile samo polu-informacije iz pričanja smionijih »gastronauta«, koji su se u bijelom svijetu usuđivali kušati nešto tako egzotično. Prosječna »kuhinjska mašta« i danas uporno ponavlja i širi mistifikacije o ovoj kuhinji, jer ona, navodno, zahtijeva čudesne sastojke, bizarne artikle, po čemu je sve nepristupačnija našem ukusu i mogućnostima.

Srećom, sve je obrnuto: ma koliko da je zaista postala jednom od najuglednijih kuhinja, kineska je kuhinja proizašla iz pučke tradicije (kao i svaka druga, uostalom), te prema tome odgovara svakoj razini užitka za trpezom i bilo čijim mogućnostima i sposobnostima. Skidajući misteriozni veo, ova knjižica upravo želi pokazati da nam ništa kinesko nije, niti može biti strano: ako ga ima, »trik« je samo u nekim jednostavnim principima!

Osnovno je da se kineska kuhinja razlikuje i odlikuje upravo, najprije i jedino po načinu pripremanja i kuhanja. To znači da nikoga ne trebaju impresionirati eventualno čudni, egzotični i najčešće nama nedostupni sastojci i začini, jer se svi oni daju nadomjestiti. Bitno je da se poštuje ovo pravilo: potrebno je da namirnice – meso i povrće – uvijek budu svježe, zatim da se sjeckaju na komadiće veličine jednog zalogaja, da se svi sastojci prethodno pripreme i da

se onda »obrađuju« vraškom brzinom i na visokim temperaturama, ali da na kraju sve bude estetski složeno. Kinezi ne »upropaštavaju« hranu dugim dinstanjem, pečenjem i kuhanjem, već sve njene vitalne sastojke nastoje očuvati u praktički jednostavnom, ali brzom procesu. Zato oni niti ne poznaju »klasični meni«, tj. podjelu jelâ na predjela, juhe, pečenja, glavna jela i slatkiše, već se orijentiraju prema načinu pripremanja

(prženje u puno ulja, kuhanje u pari, kombinirano kuhanje, itd.). U kineskoj su kuhinji sva jela 'glavna', pa je tako i jedna juha obilna kao da je samo središte kulinarskoga repertoara.

Svježina namirnica, pomna priprema, sjeckanje, kratkoća kuhanja, estetski izgled, spajanje naizgled nemogućih sastojaka (za evropski ukus!)..., to bi bilo gotovo sve od »principa« koje smo spomenuli. Dakako, nakon toga dolazi vještina i profinjenost, dolazi bogatstvo mašte

koju svi možemo upotrijebiti, kako bismo bili »sami svoji Kinezi«. Najvažnije je naglasiti da je kineska kuhinja u biti toliko jednostavna da je možemo lako raspoznati i u praksi nekih domaćih, lokalnih tradicija (recimo u dalmatinskoj kuhinji). Naravno, nećemo poreći da u čitavom sistemu kineske kuhinje – koja se odlikuje mnoštvom varijanti, među kojima je najpoznatija Kantonška, a uz nju idu Honan, Sečuan, Fukijen, Šantung, Peking i Šangaj – onaj pravi okus

ne daju stanovite specifične namirnice i začini. Neki od njih su neizbježni, recimo soja sos, ali većina može biti dobro zamijenjena domaćim sastojcima, pa ćemo tako monosodijum glutamat prepoznati kao »Aji Shio«, koji se može zamijeniti s »Vegetom«. Za marinade, koje Kinezi neobično mnogo vole, umjesto rižine rakije dobro može doći bilo koja naša, glasoviti »vodeni kesten« zamjenjuje se s celerom, a »kineske gljive« s vrganjima i sl. (što je sve obavljeno u ovim receptima!)...

Dakle, da ponovimo: kineska kuhinja, u principu, nije zasnovana na strogo propisanim namirnicama, već samo na principu kuhanja: svježe, sjeckano, brzo kuhanje, maštovite mješavine (koje ponekad, ali samo ponekad, mogu biti bizarne za klasični evropski ukus). Ipak, ima nešto što moraju uzeti u obzir oni koji se lako ne prilagođavaju novim okusima: u kineskoj kuhinji glavni je okus umaka 'slatko-kiseli' (barem je to tako u Kantonškoj verziji, na

kojoj se bazira ovo originalno YU-iskustvo). Taj umak ima dosta varijanti, ali osnova mu je uvijek ista, pa se valja naviknuti da on vlada mnoštvom jela.
U navici je sve, ali treba znati kako da se ona mijenja. Tako je, promjenom raznih kulinarskih sezona, k nama stigla i kineska kuhinja, prezentirana dobar broj godina u zagrebačkom restoranu »Phoenix«, vlasnika Vebi Velije. Ovaj samoprijegorni ugostitelj – koji i danas drži isti restoran, ponešto promi-

jenjene namjene – sa svojim iskustvom i radom svojih orijentalnih kuhara, svojedobno je predstavljao centar YU-orijentalne gastronomije, a danas nam ovim receptima predaje to svoje znanje, kako bismo mogli s lakoćom biti – sam svoj Kinez!

IGOR MANDIĆ

JELA OD SVINJETINE

Svinjetina na roštilju sa slatko-kiselim umakom
Von ton polumjeseci
Proljetne rolnice
Pržene pogačice od svinjetine i krumpira
Svinjski kotleti s kineskim začinima

Svinjetina sa svježim krastavcima u ljutom sosu
Loptice od svinjskog mesa u umaku
Svinjetina sa špinatom i jajima
Svinjetina s rezancima u kremi
Svinjska rebarca u ljutom sosu s curryjem
Jastučići s mesom u juhi
Začinjena suha svinjska rebarca

SVINJETINA NA ROŠTILJU SA SLATKO-KISELIM UMAKOM

2 svinjska lungića (meso uz hrptenjaču)
3 žlice soja sosa
2 žlice crnog vina (burgundac)
1 žlica smeđeg šećera
1 žlica meda
1/2 žličice sjeckanog češnjaka
1 mladi zeleni luk
1/2 žličice cimeta

Pomiješajte soja sos, vino, šećer, med, češnjak, luk i cimet. Cijele lungiće prekrijte tom mješavinom začina i ostavite da odstoje u hladnjaku preko noći. Izvadite meso iz marinade, osušite ga krpom (ne perite ga), premažite svinjskom mašću i pecite na roštilju često ga okrećući i premazujući marinadom (oko 30 min). Gotove lungiće ukrasite mladim lukom izrezanim uzdužno na rezance. Meso se reže na tanke kolutove i služi sa slatko-kiselim umakom.

Slatko-kiseli umak

Pomiješajte šalicu vode s 1/2 šalice jabučnog octa, 1/2 šalice

šećera, 3 žlice rajčice iz konzerve i stavite na vatru da zakuha. Jušnu žlicu škrobnog brašna razmutite u 1/2 šalice hladne vode i dodajte kipućem umaku, brzo miješajte i odmah ugasite.

VON TON POLUMJESECI

Von ton tijesto (kineski naziv za
običnо tijesto za rezance,
izrezano na kolutove promjera
10 cm)
5 dag gljiva (vrganji ili lisičice)
1/2 konzerve ocijeđenih račića
20 dag sjeckane svinjetine od
buta
2 mlada luka
3 žlice soja sosa
na vrh noža đumbira u prahu
1/2 žličice sjeckanog češnjaka
1/2 ulja za prženje

Napravite tijesto od 40 dag brašna,
3 jaja, na vrh noža soli i dl vode.
Razvaljajte tanko i izrežite većom
čašom u kolutove. Sitno isjeckajte
gljive, meso i račiće, dodajte sjec-
kani luk, češnjak i ostale začine,
izmiješajte dobro, neka odstoji 1 sat.
Žličicu smjese stavljajte na tijesto,
rubove navlažite hladnom vodom i
formirajte polumjesece. Pržite ih u
dubokom ulju do zlatnožute boje i
poslužite sa slatko-kiselim umakom.

PROLJETNE ROLNICE

Domaća tjestenina
1/2 kg brašna
3 jaja
na vrh noža soli
šalica vode

Dobro izmiješajte i razvaljajte u tanke listove.

Smjesa za punjenje:
1 konzerva ocijeđenih račića
1/2 kg svinjskog buta bez masnoće i žilica

10 dag gljiva
svežanj mladog luka
1 žličica zdrobljenog zelenog papra
20 dag kineskog kupusa
3 žličice prošeka
2 žlice soja sosa
1/2 žličice đumbira u prahu
1 žličica šećera
ulje za prženje

Sve sastojke sameljite u stroju za meso, dodajte začine i dobro izmije-

šajte. Dvije žlice gustina pomiješajte sa šalicom hladne vode i širokim kistom premažite listove tijesta, te ih narežite na trake široke 15 cm. Premažite ih filom i uzdužno zarolajte da dobijete tanke kobasice. Narežite ih oštrim nožem na komade duge oko 10 cm i pržite u dubokom ulju.

PRŽENE POGAČICE OD SVINJETINE I KRUMPIRA

1/2 kg svinjskog buta (mljevenog krupno)
3 srednja krumpira
5 dag kuhane šunke (može i prešane)
2 mlada luka (sitno isjeckani bijeli dio)
na vrh noža đumbira
1/2 žličice zdrobljenog zelenog papra
3 žlice soja sosa

1 cijelo jaje i 1 žumanjak
2 žlice gustina
ulje za prženje

Umak:
3 šalice kokošje juhe (može od kocke)
3 mlada luka (sitno isjeckani bijeli dio)
1 žlica soja sosa
1 žlica gustina

Krumpir ogulite i naribajte na ribežu (kao jabuke), posolite, neka odstoji oko 10–15 minuta, pa dobro ocijedite. Pomiješajte krupno mljeveno meso, krumpir, sitno nasjeckanu šunku,

luk, đumbir, papar, soja sos i jaja, pa sve dobro izmijesite. Pospite gustinom, još jednom izmijesite i formirajte pogačice kao naše faširane šnicle.
Ugrijte ulje za prženje (što jača temperatura) i naglo ispržite s obje strane tako da iznutra ostanu sirove. Izvadite ih na papir da se ocijede. U čistu dublju tavu ulijte kokošju juhu, luk, soja sos i pustite da uzavre, pa dodajte pogačice. Neka se kuhaju na laganoj vatri oko pola sata, polupokrivene. Kad se sok reducira na polovinu, dodajte gustin otopljen u 3 žlice vode, brzo protresite posudu. da se sos zgusne i ugasite. Poslužite s kuhanom rižom.

SVINJSKI KOTLETI S KINESKIM ZAČINIMA

5 kotleta očišćenih od kosti i masnoće
2 žlice gustina
3 žlice soja sosa
2 žlice rakije
1/2 žličice začina (papar, đumbir, 2 zdrobljena klinčića, cimet)
ulje za prženje
1 dl pileće juhe (od pola kocke)
1 manja mrkva, korijen peršina,

režanj celera i 1 zelena ljuta papričica

Kotlete prelijte soja sosom, rakijom, pospite začinima i gustinom, pa dobro promiješajte. Ostavite stajati oko dva sata. Ulje jako zagrijte, ispržite kotlete s obje strane i izvadite na dasku. Narežite ih na trake široke oko 1 cm i držite na toplom tanjuru. Povrće narežite na što tanje trakice, prepržite na 2 žlice ulja (1 minutu), zalijte juhom neka zakuha. Dodajte ispržene kotlete, promiješajte i poslužite.

SVINJETINA SA SVJEŽIM KRASTAVCIMA U LJUTOM SOSU

1/2 kg svinjskog buta
2 zelene ljute papričice
4 žlice soja sosa
3 žlice bijelog vermuta
1 žlica šećera
1 žlica vinskog octa
1 žlica sjeckanog češnjaka
1 žlica gustina
1 manji zeleni krastavac
na vrh noža đumbira
2 mlada luka
2 žlice ulja

Meso u komadu prelijte kipućom vodom i kuhajte, stalno skidajući pjenu, oko jedan sat i ohladite u juhi. Hladno meso malo zamrznite u frizeru i narežite na što tanje komadiće. Krastavac narežite uzdužno na što tanje prozirne ploške (sjemenke odstranite). Papričicu i mladi luk narežite na kolutiće i ispržite ih na malo ulja, dodajte đumbir i češnjak i pržite 30 sekundi. Dolijte 1 dl juhe u kojoj se kuhalo meso, začinite soja sosom, vermutom, šećerom i octom. Kad uzavre, stavite meso i dodajte žlicu gustina razmućenog u žlici hladne vode. Na kraju dodajte krastavac, promiješajte i poslužite.

LOPTICE OD SVINJSKOG MESA U UMAKU

40 dag mljevenog svinjskog mesa bez masnoće
1 jaje
3 žlice prošeka
3 žlice soja sosa
1 žličica šećera
na vrh noža papra
pola žličice soli
1 žličica sjeckanog češnjaka
na vrh noža đumbira
2 dl pileće juhe od kocke

20 dag blitve
2 mlada luka
pola manjeg korijena celera
1 žlica gustina
ulje za prženje

U meso stavite jaje, češnjak, đumbir, 2 žlice prošeka, 2 žlice soja sosa, sol i papar, pa dobro izmijesite rukama. Neka stoji 2 sata. Ugrijte ulje, od mesa formirajte loptice i pržite ih 5 minuta, pa ocijedite na papirnatim salvetama. U šalici pomiješajte hladnu juhu, žlicu soja sosa, žlicu prošeka, žličicu šećera i žlicu gustina. U čistu tavu stavite 2 žlice ulja,

pržite kratko luk, celer izrezan na štapiće, dodajte bijeli dio blitve, još malo pirjajte. Na kraju dodajte mesne loptice i zeleni dio blitve, zalijte juhom. Miješajte dok ne zakuha.

SVINJETINA SA ŠPINATOM I JAJIMA

30 dag svinjskog buta
5 jaja
20 dag špinata
5–6 grančica celera (bez lišća)
10 dag vrganja
4 žlice bijelog vermuta
3 žlice gustina
2 žlice soja sosa
1 žlica vinskog octa
1 žlica šećera
1 mladi luk (sitno nasjeckan)
1/2 žličice đumbira

1 žličica sjeckanog češnjaka
pola žličice Tabasco sosa
6 žlica ulja

Meso narežite na što tanje komadiće (zalogaje), prelijte ga s 2 žlice vermuta i pospite žlicom gustina. Promiješajte i ostavite oko pola sata. 2 dl hladne vode pomiješajte s 2 žlice gustina, soja sosom, octom, šećerom i 2 žlice vermuta. Vrganje narežite na ploške, pa ih na žlici ulja polako pirjajte, dok sok ne ispari. Zagrijte 3 žlice ulja u većoj tavi i ispecite meki omlet od 5 jaja. Istresite na tanjur i izrežite omlet na

manje trokute. U istu tavu stavite 2 žlice ulja, dodajte meso, pržite ga 2 minute, dodajte luk, đumbir, češnjak i celer. Pržite još 1 minutu, pa dodajte Tabasco i vrganje. Zalijte pripremljenim sosom. Kad zakuha, stavite ovlaš narezane listove špinata i trokute omleta. Protresite posudu i ugasite.

SVINJETINA S REZANCIMA U KREMI

30 dag tankih domaćih rezanaca za juhu
30 dag svinjetine
svežanj celerovih grančica
1 srednji luk
10 dag gljiva
1 žlica soja sosa
2 šalice pileće juhe od kocke
2 kocke za pileću juhu
2 jaja
2 mlada luka
1 žlica soja sosa

pola žličice bijelog papra
3 žlice ulja

U jednu litru kipuće vode stavite 2 kocke za pileću juhu i rezance. Kuhajte pola minute i procijedite. Meso narežite na tanke zalogaje, luk sitno nasjeckajte, a celer narežite na štapiće. Gljive narežite na ploške i na malo ulja pirjajte dok sok ne ispari. Zagrijte 2 žlice ulja, ispržite meso (2 min) i dodajte luk. Nakon jedne minute zalijte s 2 dl juhe, začinite soja sosom. Kad prokuha, dodajte rezance i gljive. Neka ponovo zakuha. Smanjite odmah temperaturu, pa

oprezno ulijte lagano razmućena jaja. Kad se jaja počnu skrutnjavati, ugasite i odmah poslužite. Odozgo pospite mladim lukom narezanim na kolutiće.

SVINJSKA REBARCA U LJUTOM SOSU S CURRYJEM

1 kg mladih svinjskih rebaraca
3 žlice curryja
2 rajčice, oguljene i sitno nasjeckane
1 srednji luk
pola korijena manjeg celera
1 žlica gustina
1 žličica vinskog octa
pola žličice bijelog papra
2 žlice soja sosa
na vrh noža đumbira
3 žlice ulja

Rebarca presijecite preko kosti na komade duge 5–6 cm, prelijte ih s 2 žlice soja sosa, pospite jednom žlicom curryja i dobro promiješajte. Ostavite ih 1 sat na sobnoj temperaturi. Luk prerežite na 2 dijela pa odvojite listove, celer narežite na štapiće. Ugrijte ulje, stavite luk, celer, pržite 1 minutu, dodajte meso, đumbir i 2 žlice curryja. Miješajte dok sok ne ispari, stavite rajčicu i pirjajte 8–10 minuta, dolijte 1 dl vode, ocat i šećer, poklopite i kuhajte na polaganoj vatri oko 20 minuta. Na kraju zagustite žlicom gustina otopljenog u 2 žlice hladne vode.

JASTUČIĆI S MESOM U JUHI

Tijesto:
1/2 kg oštrog brašna
4 jaja
manja šalica vode

Smjesa za punjenje:
30 dag mljevene svinjetine
1/2 konzerve račića
1/2 nasjeckane reske jabuke
1 manji nasjeckani luk
1 nasjeckani mladi luk
2 žlice soja sosa
na vrh noža đumbira

1 jaje
jedna i pol litra pileće juhe

Tijesto izmijesite kao za domaće rezance, pa ga tanko razvaljajte i nasijecite na pravokutnike 10 x 6 cm. Mljevenu svinjetinu i nasjeckane račiće pomiješajte s ostalim sastojcima i ostavite oko jedan sat na sobnoj temperaturi. Žlicu smjese stavite na tijesto, preklopite i zalijepite rubove, te ih navlažite hladnom vodom. Skuhajte ih u juhi. Možete ih i ispržiti u dosta ulja i poslužiti sa slatko-kiselim umakom.

ZAČINJENA SUHA SVINJSKA REBARCA

3/4 kg suhih rebaraca
4 žlice nasjeckanog češnjaka
3 žlice soja sosa
1 žlica šećera
1 žlica rakije (šljivovice)
30 dag kineskog kupusa
(narezan na trake)
na vrh noža đumbira
2 žlice gustina
1 žlica vinskog octa
ulje za prženje

Rebra nasijecite preko kosti na manje komade dužine 4–5 cm. Stavite ih u hladnu vodu, neka stoje oko tri sata. Ocijedite ih i posušite krpom. Pospite ih soja sosom, šećerom, rakijom i jednom žlicom gustina, promiješajte i ostavite još jedan sat. Ugrijte dosta ulja i pržite rebarca dok ne potamne. Ocijedite iz tave gotovo svu masnoću, dodajte rebarcima češnjak i đumbir. Pržite dok se češnjak ne zalijepi za rebarca. Dodajte kupus i pržite još 2 min. U 1 dl hladne vode otopite 1 žlicu gustina, dodajte žlicu octa i soja sosa, pa prelijte preko mesa. Još jednom zakuhajte i poslužite.

JELA OD GOVEDINE

Govedina s prženim rezancima
Biftek s lukom na kineski
Govedina s paprikama
Teleća jetra s ljutim papričicama
Junetina s kineskim kupusom
Govedina u sosu od svježih rajčica
Junetina s kineskim knedlama
Junetina s ružicama karfiola
Juneći ramstek s mladim mahunama graška

GOVEDINA S PRŽENIM REZANCIMA

30 dag tankih domaćih rezanaca
1/2 kg goveđeg buta
3 žlice soja sosa
1/2 žličice Aji-Shia
1 dl pileće juhe od kocke
1 dl biljnog ulja
4 mlada luka
na vrh noža đumbira u prahu
1/2 žličice sjeckanog češnjaka

Skuhajte rezance, ocijedite i ostavite

da se suše oko dva sata. Manju šalicu vode (prokuhane i ohlađene) pomiješajte sa soja sosom, pilećom juhom i Aji-Shiom. Ulje dobro zagrijte, ubacite prosušene rezance i pržite ih 2–3 minute, oprezno miješajući. Vodu sa začinima prelijte preko rezanaca i dalje miješajte oko 2–3 minute. Ostavite na toplom i brzo pripremite meso. Goveđi but očistite od žilica i masnoće, izrežite ga na što tanje komadiće, mladi luk izrežite uzdužno na trakice, dodajte đumbir, češnjak i žlicu soja sosa. Zagrijte jako 3 žlice ulja, pa sve odjednom kratko ispržite (oko 5 minuta) i prelijte preko vrućih rezanaca.

BIFTEK S LUKOM NA KINESKI

1/2 kg bifteka
3 žlice prošeka
2 žlice soja sosa
1 žlica šećera
1 žlica gustina
na vrh noža praška za pecivo
na vrh noža soli
1/2 žličice sjeckanog češnjaka
1 dl ulja
2 glavice luka
4 žlice ulja

Napravite marinadu od prošeka, soja sosa, šećera, 1 žlice gustina, praška za pecivo, soli i češnjaka. Biftek izrežite na tanke odreske i primiješajte marinadi, neka odstoji oko dva sata. Ulje jako zagrijte i ubacite luk izrezan na što tanje kolutove, neka se isprži do zlatnožute boje. Prženi luk izvadite tako da što više ulja ostane u tavi.
Meso iz marinade ispržite (ne sve odreske odjednom) s jedne i druge strane i servirajte preko luka.

GOVEDINA S PAPRIKAMA

1/2 kg goveđeg buta
(očišćenog od žilica i masnoće)
2 manja luka
1 crvena i 1 zelena paprika
4 žlice ulja
1/2 žličice sjeckanog češnjaka
1/2 žličice miješanih začina
(đumbir, cimet, crvena ljuta
paprika, 2 zdrobljena klinčića)
1 žlica soja sosa
1/2 kocke za goveđu juhu
1 žlica gustina
4 žlice ulja

Meso narežite na tanke komadiće. Luk izrežite na deblje listiće, a papriku na trake. Jako zagrijte ulje i naglo ispržite meso, dodajte povrće i sve začine, pržite dok paprika i luk ne uvenu, a sok iz tave ne ispari. Pola kocke za juhu razdrobite u 1 dl hladne vode, primiješajte 1 žlicu gustina i 1 žlicu soja sosa, pa prelijte meso i miješajte dok ne provrije.

TELEĆA JETRA S LJUTIM PAPRIČICAMA

Marinada:
40 dag jetre
3 žlice soja sosa
2 žlice sake-rakije (rakija od riže, može se zamijeniti šljivovicom)
2 žlice suhog bijelog vina
1 žlica šećera
1 žlica gustina
1 žlica ulja

Začini za jetru:
3 ljute crvene papričice (može i zelene)
svežanj mladog luka (bijeli dio)
1/2 manjeg korijena celera
1 žlica gustina
1 žlica jabučnog octa
1 žlica soja sosa
5 žlica ulja
na vrh noža đumbira

Jetru očistite od kožice i narežite na što tanje režnjeve, veličine oko 2 cm u promjeru. Sastojke za marinadu

pomiješajte u šalici i prelijte preko jetre, da odstoji oko pola sata. Ljutu papričicu očistite od sjemenki i narežite na trakice, mladi luk prerežite uzdužno i narežite na komade od 1 cm, celer ogulite i također izrežite na što tanje trake. Sve prelijte kipućom vodom, neka odstoji 5 minuta, pa onda ocijedite. Zatim pomiješajte u šalici 1 žlicu gustina s 3 žlice hladne vode, dodajte jabučni ocat, soja sos, đumbir, pa prelijte preko povrća. Zagrijte ulje do visoke

temperature, ubacite jetricu iz marinade, pržite kratko, oko 2 min, samo da promijeni boju, izvadite je na topli tanjur, pa u istu tavu ubacite povrće i pržite oko 1 minutu, stalno miješajući. Poslažite povrće sa začinima preko jetre i odmah poslužite.

JUNETINA S KINESKIM KUPUSOM

40 dag junećeg mesa
1/2 kg kineskog kupusa
4 mlada luka (bijeli dio)
svežnjić celerovih grančica bez lišća
10 dag gljiva (najbolji su vrganji)
2 žlice soja sosa
1 žlica gustina
6 žlica ulja
sol, papar

Junetinu očistite od žilica i masnoće i narežite na što tanje zalogaje. Kupus nasjeckajte na rezance, celer na štapiće, a luk na kolutove. Vrganje narežite na ploške i na žlici ulja ispržite, dok sok ne ispari. Ugrijte 3 žlice ulja i ispržite meso. Stavite ga na tanjur, u tavu dodajte 2 žlice ulja, pa ispržite najprije luk, zatim celer i kupus. Sve zajedno miješajte jednu minutu, posolite i popaprite i začinite soja sosom. Dodajte meso i vrganje, pojačajte vatru i zgusnite jelo s 1 žlicom gustina otopljenog u 1 dl hladne vode. Čim zakuha, ugasite.

GOVEDINA U SOSU OD SVJEŽIH RAJČICA

40 dag govedine
1 kg svježih rajčica
1 srednji luk
svežanj celerovih grančica
2 žlice soja sosa
1 žlica sjeckanog češnjaka
1 žlica šećera
na vrh noža đumbira
1 žlica gustina
5 žlica ulja

Meso nasjeckajte na tanke zalogaje. Rajčicu nakratko stavite u kipuću vodu, isplahnite hladnom vodom i ogulite. Sjemenke odstranite i narežite je na tanke režnjeve. U većoj tavi zagrijte 3 žlice ulja i ispržite meso (2 min), pa ga izvadite na tanjur. Dodajte još 2 žlice ulja, pa ispržite nasjeckani luk, češnjak, celer i đumbir i dodajte rajčicu. Miješajte i kuhajte 5 min. U šalici pomiješajte 2 žlice hladne vode, soja sos, ocat, šećer i gustin. U tavu vratite meso, pojačajte vatru i zalijte tekućinom iz čaše. Promiješajte i kad zakuha ugasite.

JUNETINA S KINESKIM KNEDLAMA

Kineske knedle su veoma fin i zanimljiv prilog pikantnim kineskim jelima. One preuzimaju okus sosa u kojem se pirjaju. Mogu se i pržiti, pa narastu kao šupljikavi baloni. Tada se serviraju odvojeno, uz razne umake.

1 kg brašna
hladna voda

Stavite brašno u dublju zdjelu, dolijte toliko vode koliko je potrebno da formirate srednje mekano tijesto kao za kruh. Prelijte ga većom količinom hladne vode, pa ga u vodi mijesite. Voda će pobijeljeti, jer se otapa škrob iz brašna. Vodu nekoliko puta mijenjajte, sve dok ne postane gotovo bistra. Dobit ćete malu grudu žilavog tijesta, što je, ustvari, pšenična bjelančevina. Formirajte je valjkasto i prebacite preko kuhače da se dobro ocijedi. Trgajte male komadiće i stavljajte u vruće jelo, da se pirjaju 2 minute.

Umak od junetine:
30 dag mesa bez žilica
pola korijena srednjeg celera
na vrh noža đumbira
2 žlice soja sosa
1 žlica gustina
2 žlice ulja

Ugrijte 2 žlice ulja, pržite meso (nasjeckano na male komadiće) i đumbir. Izvadite na tanjur, u tavu dodajte žlicu ulja, dodajte najprije celer, a nakon jedne minute knedle i pržite ih 2 min. Zalijte mješavinom od 1dl vode, gustina i soja sosa. Kad se zgusne, stavite junetinu, promiješajte i poslužite.

JUNETINA S RUŽICAMA KARFIOLA

40 dag junetine
1 manji karfiol (bijeli dio)
svežanj grančica celera bez lišća
1 srednji luk
2 žlice soja sosa
pola žličice soli
2 žlice gustina
4 žlice ulja

Meso nasjeckajte na tanje zalogaje. Karfiol razdvojite u male ružice. Ce-

ler narežite na štapiće, luk na 4 dijela, pa listove razdvojite. Ugrijte 2 žlice ulja, ispržite meso i izvadite ga na topli tanjur. Stavite novo ulje, ispržite luk, celer, dodajte karfiol, sol, smanjite vatru i pirjajte 5 min. U šalici pomiješajte šalicu vode s gustinom i soja sosom, ulijte u tavu, zakuhajte i vratite meso.

JUNEĆI RAMSTEK S MLADIM MAHUNAMA GRAŠKA

1/2 kg junećeg ramsteka bez kosti
3 žlice soja sosa
1 žlica rakije (šljivovice)
1 žličica sjeckanog češnjaka
na vrh noža đumbira
3 žlice gustina
2 šalice pileće juhe od kocke
20 dag mladih mahuna od graška
1/2 konzerve mladih klipova

kukuruza
2 mlada luka (samo bijeli dio)
pola žličice đumbira
30 dag rezanaca za juhu
6 žlica ulja .

Rezance skuhajte, isplahnite, začinite s malo ulja i ostavite sušiti oko 1 sat. Meso kratko stavite u frizer, da ga možete lijepo narezati na tanke komadiće. Pospite ga žlicom gustina, začinite rakijom i dvjema žlicama soja sosa, pa neka odstoji pola sata. Rezance ispržite na 2 žlice ulja do svijetlosmede boje i

ostavite na toplom mjestu. Zatim ugrijte malo ulja, dodajte mahune, kratko ih pržite i prebacite u tanjur. Opet dodajte ulje, pa ispržite meso i prebacite ga u tanjur. Na još 2 žlice ulja ispržite mladi kukuruz i luk, začinite češnjakom i đumbirom, nalijte juhu i jednu žlicu soja sosa. Kad zakuha, vratite meso i mahune u juhu i zagustite s dvije žlice gustina, otopljenog u dvije žlice hladne vode. Sve prebacite preko prženih rezanaca.

JELA OD PERADI

Pileće bijelo meso u slatko-kiselom umaku
Karameliziranipileći bataci s celerom
Pileća prsa u sosu od limuna
Hladno pileće bijelo meso sa sezamom
Piletina u slatko-ljutom umaku
Pileća krilca u smeđem umaku
Pikantno pile
Pileća prsa s prženim bademima

Pile s brokolima
Pileća prsa i svinjski but s pržennim rezancima
Piletina s medom i ananasom
Pirjana patka na kineski
Patka s ananasom
Pileća juha s račićima
Pileći bataci s prženim kikirikijem
Pileća prsa sa šparogama
Pileći karabataci s gljivama
Piletina s prženim bademima i graškom
Pečeno-kuhano pile
Patka s kineskim kupusom

Juha s pilećim jetrima
Sušena guščetina s rižom na kineski način
Pileća prsa u umaku od rajčica

PILEĆE BIJELO MESO U SLATKO-KISELOM UMAKU

3 komada bijelog mesa (prsa)
2 žlice soja sosa
2 žlice šećera
1 žumanjak
sol
papar
3 žlice šećera
1 zelena paprika
1/2 žličice sjeckanog češnjaka
2 šalice juhe od pilećih kostiju
3 žlice jabučnog octa
2 žlice oštrog brašna

2 žlice gustina
2 žlice bijelog vina
snijeg od 1 bjelanjka
3 koluta ananasa iz konzerve
ulje za prženje

Očistite pileća prsa od kostiju i kože. Meso narežite na lijepe kockice, a od kože i kostiju, s malo Vegete i pola litre vode, skuhajte juhu. U šalici izmiješajte 1 žumanjak, soja sos, 1 žlicu šećera, sol i papar, prelijte preko mesa, promiješajte i ostavite oko pola sata. U zdjelu stavite mješavinu brašna i gustina, dodajte 1 dl hladne vode, izmutite da nema gru-

dica, pa primiješajte snijeg od bjelanjka. Masa je malo gušća od tijesta za palačinke. U dublju posudu stavite 3 šalice ulja i dobro zagrijte. Čačkalicom nabodite po komadić mesa, umočite ga u smjesu od brašna i viljuškom skidajte s drvca u duboko ulje. Ispržite ih do zlatnožute boje i stavljajte na papirnate salvete. Zelenu papriku očistite od sjemenki i narežite na tanke trakice. Pospite ih s malo češnjaka. U čaši pomiješajte 2 žlice gustina, 2 žlice šećera, žlicu soja sosa, 3 žlice jabučnog octa, 2 žlice bijelog vina s dvije šalice hladne juhe. U čistoj dubljoj tavi zagrijte 2 žlice ulja, nakratko

ispržite paprike sa češnjakom, dodajte kockice ananasa i pržite 2 minute, zalijte juhom, miješajte do vrenja, ubacite meso i pustite da prokuha pola minute.

KARAMELIZIRANI PILEĆI BATACI S CELEROM

3 pileća bataka bez kože
4 žlice soja sosa
2 žlice šljivovice (umjesto sake rakije)
na vrh noža đumbira
1 manji korijen celera
3 žlice šećera
2 dl kokošje juhe (od kocke)
1 žlica soja sosa
na vrh noža cimeta i papra
1 žlica gustina
ulje za prženje

Svaki pileći batak razrežite na manje komade pomoću oštrog noža i čekića preko kostiju na 4 dijela. Prelijte ih soja sosom, rakijom, pospite đumbirom i ostavite oko dva sata. Celer ogulite, narežite na trakice, stavite u kipuću slanu vodu, kuhajte 2 minute i ocijedite. U dubljoj tavi jako zagrijte ulje, ispržite komadiće piletine (2 min) i stavite ih na papirnate salvete. U čistu tavu stavite šećer i žličicu vode, pa grijte dok se ne karamelizira. Dolijte dvije žlice hladne vode i kuhajte dok se karamel ne rastopi, zalijte juhom i pustite da zakuha. Dodajte celer, cimet, papar, soja sos i isprženu piletinu, poklopite i na

laganoj vatri kuhajte oko 20 minuta. Izvadite meso u zdjelu za serviranje, a sok zagustite 1 žlicom gustina, otopljenog u 2 žlice hladne vode i odmah prelijte preko piletine.

PILEĆA PRSA U SOSU OD LIMUNA

3 komada pilećih prsa bez kože i kostiju
3 žlice gustina
sol i papar
3 žumanjka
3 cijela mlada luka
ulje za prženje

Sos od limuna:

1 dl soka od limuna
2 dl pileće juhe (od kože, kostiju i Vegete)

2 žlice smeđeg šećera
2 žlice gustina
2 žlice meda
na vrh noža đumbira

Svaku polovicu prsa narežite na tri komada (18 komada sve zajedno). Izmiješajte u zdjeli gustin, sol, papar, žumanjke s malo hladne vode u smjesu malo gušću od tijesta za palačinke. Meso umočite komad po komad u smjesu i ispržite u dubokom ulju. Ocijedite ga na papirnatim salvetama i premjestite u zdjelu. Mladi luk narežite na kolutiće (zeleni dio također) i pospite preko mesa.

Juhu, limunov sok, šećer, med i đumbir zajedno zavrijte i dodajte gustin otopljen u 2 žlice hladne vode. Kad se sok zgusne, prelijte preko mesa.

HLADNO PILEĆE BIJELO MESO SA SEZAMOM

2 komada pilećih prsa
2 žlice sezama
1 srednja mrkva
1 manji luk
1 mladi luk (mali)
1 manji korijen celera
1/2 manjeg svježeg krastavca
lišće celera s debljim stabljikama
2 žlice soja sosa
pola žličice mješavine začina (papar, đumbir, cimet, 2

zdrobljena klinčića)
1 žlica ulja
2 žlice jabučnog octa
1 žličica šećera
na vrh noža đumbira i papra

Zakuhajte 1 litru vode, dodajte 1 žlicu soja sosa, malo soli, mješavinu začina i pileća prsa (cijela). Neka ponovo uzavre i dalje kuhajte najviše 10 min na laganoj vatri. Ugasite i ostavite pile u juhi da se ohladi. Meso zatim očistite od kože i kostiju, narežite na tanke ploške i složite u zdjelu. Sezamovo sjeme stavite u čistu tavicu i na laganoj vatri pržite

oko 5 minuta. Mrkvu i korijen celera narežite na tanke štapiće, a malu glavicu luka prerežite na 4 dijela i odvojite listove. U manju posudu ulijte jedan i pol dl juhe, uzavrijte i ubacite spomenuto povrće. Kuhajte najviše 3 minute i dodajte ga mesu. Od svježeg celerovog lišća odvojite nježne stabljike, narežite ih na komade oko 2 cm duge, krastavac izrežite na uske prozirne trake, mladi luk na kolutove i ukrasite piletinu. U šalici izmiješajte ulje, ocat, šećer, đumbir i papar, pa time prelijte salatu. Nemojte miješati, samo malo protresite zdjelu. Pospite na kraju sezamom.

PILETINA U SLATKO-LJUTOM UMAKU

2 bataka i 1 bijelo meso
pola žličice soli
pola šalice oštrog brašna
ulje za prženje
pola šalice vode
pola šalice soka od limuna
2 žlice gustina
2 žličice Tabasco sosa
2 žlice soja sosa
na vrh noža đumbira
2 žlice meda

3 mlada luka (samo zeleni dio izrezan uzdužno na trake)

Donji dio bataka zarežite preko kosti na dva dijela, gornji na tri, a prsima izvadite prsnu kost, pa ih narežite na tri dijela. Brašno i sol pomiješajte, uvaljajte komade mesa i ispržite u dubokom ulju.

Vodu, limunov sok, Tabasco, med, đumbir i soja sos dobro izmiješajte sa 2 žlice gustina. Ulijte u dublju čistu tavu i stalno miješajući zakuhajte, stavite u sos isprženo meso, ocijeđeno od masnoće, dodajte mladi luk i kuhajte još 1 minutu.

PILEĆA KRILCA U SMEĐEM UMAKU

70 dag pilećih krila
3 žlice soja sosa
pola čašice prošeka (ili crnog vina sa šećerom)
2 žlice smeđeg šećera
na vrh noža đumbira
1/2 žličice sjeckanog češnjaka
4 mlada luka (samo bijeli dio)
2 žlice ulja
pola manjeg korijena celera narezanog na trakice

2 dl pileće juhe od kocke
2 žlice gustina

Pomiješajte soja sos, prošek, šećer, dumbir, češnjak i luk narezan na kolutove. Prelijte preko krilaca, promiješajte i ostavite oko dva sata u toj marinadi. Zagrijte dvije žlice ulja, krilca izvadite (marinadu sačuvajte) i pržite na jakoj vatri oko 5 minuta, da porumene sa svih strana. Ocijedite luk iz marinade, pa ga stavite u piletinu, poklopite i dalje na laganoj vatri dinstajte oko pola sata, dodajte celer i pirjajte još dvije min. Dvije žlice gustina pomiješajte s dvije žlice

hladne vode, dodajte juhu i preostalu marinadu sa začinima. Ulijte u tavu s krilcima i kuhajte miješajući još oko 2 minute.

PIKANTNO PILE

1 pile
1 žličica sjeckanog češnjaka
1/3 žličice đumbira
1 dl soja sosa
na vrh noža cimeta
2 klinčića
na vrh noža papra
1 dl prošeka
3 žlice meda
pržena sol i ljuta paprika (1 šalica soli, 5 ljutih crvenih papričica)
malo cimeta i đumbira

Pile dobro operite, stavite ga u lonac i prelijte hladnom vodom da ga prekrije. Dodajte sve začine, osim prošeka i meda. Neka naglo zakuha, onda smanjite vatru, kuhajte još 5 minuta i ugasite. Ostavite da se ohladi. Izvadite pile iz juhe, osušite i narežite na manje komade. Pomiješajte prošek, med, 2 žlice soja sosa, 2 žlice ulja, prelijte preko mesa i ostavite stajati oko dva sata. Ispržite komade mesa u dubokom ulju, ocijedite i složite u zdjelu. U čistu tavicu stavite 1 šalicu soli i 5 papričica (sitno nasjeckanih) i pržite na srednjoj temperaturi 5 minuta, dodajte cimet i đumbir, pržite još kratko i poslužite u zdjelici uz piletinu.

PILEĆA PRSA S PRŽENIM BADEMIMA

2 komada pilećih prsa
2 žlice gustina
2 žlice prošeka
2 dl juhe od kože i kostiju s pilećih prsa
2 žlice gustina
2 žlice soja sosa
1 bjelanjak
pola žličice soli
1 mrkvica, pola manjeg korijena celera i 3 mlada luka

(sve narezano na tanke trake)
50 dag oguljenih badema
na vrh noža đumbira
ulje za prženje

Očistite prsa od kože i kostiju, od kojih s malo Vegete skuhajte jedan i pol dl juhe. Meso narežite na komadiće oko 2 cm. Procijedenu juhu pomiješajte s 1 žličicom prošeka i 1 žlicom soja sosa. Bjelanjak istucite u lagani snijeg, primiješajte žlicu gustina, sol i žlicu prošeka, pa u tu smjesu umočite svaki komadić mesa i ispržite u dubokom ulju. Meso ocijedite na papirnatim salvetama. Odlijte

gotovo cijelo ulje, pa u istoj tavi isprţite bademe (oko 2 min). Izvadite ih, pa u tavu stavite povrće, pržite oko 2 min, dodajte đumbir i meso i odmah prelijte sa začinjenom juhom. Kad uzavre, zagustite žlicom gustina otopljenog u žlici hladne vode. Promiješajte samo do vrenja i ugasite.

PILE S BROKOLIMA

Brokoli su zeleno povrće, koje se uzgaja kod nas na dubrovačkom području i ponekad ga ima na našim tržnicama. Možete ga zamijeniti s keljom pupčarom.

1 manje pile
25 dag brokola
1 crvena paprika (slatka)
2 srednja luka
10 dag gljiva (najbolje vrganja)
4 žlice gustina
pola žličice soli
pola žličice đumbira

3 žlice prošeka
3 žlice jabučnog octa
4 žlice soja sosa
pola kocke za juhu
ulje za prženje

Brokole razdvojite na ružice (kao kod karfiola), luk ogulite i prerežite na 4 dijela, papriku na trake i vrganje na režnjeve. Pile narežite na manje komade, prsnu kost odstranite, batake preko kosti prerežite, a 3 žlice gustina pomiješajte sa solju i pospite po komadima piletine. Dobro ugrijte ulje i isprižite meso. Ocijedite ga na papirnatim salvetama. Odstranite

gotovo sve ulje, pa u istoj tavi kratko isprižite luk, dodajte đumbir, papriku, gljive i brokole, nalijte 2 dl vode i soja sos, pa zgusnite žlicom gustina, otopljenog u žlici hladne vode. Kad prokuha, dodajte piletinu, neka još jednom zakuha, a zatim ugasite vatru.

PILEĆA PRSA I SVINJSKI BUT S PRŽENIM REZANCIMA

2 komada pilećih prsa
30 dag tankih rezanaca za juhu
25 dag svinjskog buta
očišćenog od masnoće i žilica
3 žlice prošeka
3 žlice soja sosa
3 žlice gustina
2 srednja luka
(narezana na 4 dijela)
1 zelena paprika narezana na trake

2 mlada luka (samo zeleni dio narezan na trake)
nekoliko grančica zelenog dijela celera (bez lišća)
10 dag slatkog kupusa narezanog na rezance
na vrh noža đumbira
pola konzerve račića
1 žličica sjeckanog češnjaka
6 žlica ulja
1 kocka za pileću juhu

Rezance prelijte kipućom slanom vodom, nakon 2 min ih ocijedite, rastresite po tanjuru i ostavite sušiti

oko jedan sat. Ugrijte 3 žlice ulja, pa ih ispržite do svijetlosmeđe boje. Očišćeno pileće i svinjsko meso narežite na komadiće (zalogaje), prelijte s 2 žlice soja sosa, 2 žlice prošeka i pospite žlicom gustina, promiješajte, pa neka stoji oko 2 sata. Ugrijte 3 žlice ulja, kratko ispržite češnjak i đumbir, dodajte meso i naglo pržite oko 5 min. Dodajte sve povrće i pržite ga daljnjih 5 min. Na kraju stavite ocijeđene račiće. Kocku za juhu rastopite u 2 dl kipuće vode, primiješajte žlicu prošeka, 2 žlice soja sosa i ulijte u meso s povrćem. Kad provrije, zagustite žlicom gustina otopljenog u žlici

hladne vode i prelijte preko prženih rezanaca, protresite, sve dok tjestenina ne upije sok.

PILETINA S MEDOM I ANANASOM

2 pileća bataka
1 pileće bijelo meso
3 žlice gustina
ulje za prženje
pola žličice đumbira
1 žličica sjeckanog češnjaka
1 crvena slatka paprika
3 koluta ananasa iz konzerve
2 žlice meda
1 žlica soja sosa
pola kocke pileće juhe

2 mlada luka (samo zeleni dio)
ulje za prženje

Batake preko kostiju narežite na zalogaje, bijelo meso na komadiće. 2 žlice gustina s malo soli pospite po mesu i ispržite kratko u dubokom ulju. Ocijedite od masnoće. Odstranite ulje (osim 2 žlice), pa ispržite češnjak i đumbir, dodajte papriku narezanu na krupne komade i komadiće ananasa. Neka sok ispari, dodajte meso i zalijte s 1 dl hladne vode kojoj ste primiješali 1 žlicu gustina, soja sos, pola kocke za juhu i med. Miješajte dok se ne zgusne. Na kraju ukrasite trakama mladog luka.

PIRJANA PATKA NA KINESKI

1 patkica
7 žlica gustina
ulje za prženje
žličica sjeckanog češnjaka
2 žlice prošeka
2 žlice soja sosa
pola žličice đumbira
3 šalice pileće juhe od kocke
10 dag vrganja ili šampinjona
(kratko propirjati)
nekoliko grančica zelenog
dijela celera (bez lišća)
2 mlada luka

2 žličice šećera
1/3 žličice papra

Patku izrežite na manje komade (na naš način) i pospite s 5 žlica gustina, promiješajte i ispržite komad po komad u dubokom ulju. Ocijedite masnoću i stavite meso u dublju vatrostalnu zdjelu. Pomiješajte 1 žlicu soja sosa, juhu, đumbir i prošek i prelijte preko patke. Zagrijte do vrenja i kuhajte oko 2 min. Zdjelu pokrijte folijom, jako smanjite vatru i kuhajte na površini, pa dodajte na ploške narezane gljive, komadiće zelenih grančica, šećer papar i žlicu

soja sosa. Neka kuha još 3-4 minute. Na kraju ukrasite lukom narezanim uzdužno na trake.

PATKA S ANANASOM

1 patka od 2 kg
5 žlica prošeka
3 žlice jabučnog octa
5 žlica soja sosa
1 žlica miješanih začina (đumbir, papar, cimet, anis, klinčići)
3 koluta ananasa iz konzerve
1 žličica sjeckanog češnjaka
1 žlica gustina

Cijelu patkicu stavite u tepsiju. Pomiješajte 2 dl vruće vode s 2 žlice

prošeka, 2 žlice octa, 3 žlice soja sosa, 1 žlicom začina i prelijte preko patke, te stavite u pećnicu, prethodno zagrijanu na 220 °C. Pecite je oko 20 min, 2-3 puta je preokrenite. Smanjite zatim temperaturu na 175 °C. i pecite je još jedan sat, često zalijevajući sokom. Izvadite je iz tepsije i potpuno ohladite. Izrežite je na što manje komade i odstranite kosti. U čaši pomiješajte 1 dl vode, 1 dl soka od pečenja, 2 žlice soja sosa, 2 žlice prošeka, 1 žlicu octa i žlicu gustina. U dublju tavu stavite 1 žličicu pačje masnoće, kratko prepržite češnjak, dodajte meso i dalje pržite oko 2-3 minute, dodajte gljive.

Miješajte dok sok od gljiva ne ispari, dodajte ananas narezan na kockice, još kratko kuhajte i prelijte pripremljenom tekućinom. Miješajte 2-3 minute dok se sok ne zgusne.

PILEĆA JUHA S RAČIĆIMA

1 pileća prsa
6 pilećih krilaca
stručak celerovih grančica bez lišća
20 dag kineskog ili običnog kupusa
2 mrkve
1 manji luk
1 manji korijen celera
5 dag prešane šunke
pola konzerve ocijeđenih i opranih račića
1 kocka za pileću juhu

2 žlice bijelog vermuta
1 žličica soli
3 žlice soja sosa
1/3 žličice papra
20 dag tankih rezanaca za juhu
2 žlice ulja

Krilca narežite na manje zalogaje (preko kosti), prsima odstranite kosti i također izrežite na komadiće. Povrće usitnite. Ulje jako zagrijte, ispržite meso. Kad sok ispari, dodajte povrće i šunku, još kratko pržite, pa dolijte toliko vode da pokrije meso. Dodajte sve sastojke osim rezanaca i račića. Smanjite vatru i kuhajte 5

min. Rezance kratko prokuhajte u vodi, ocijedite, isplahnite hladnom vodom i stavite u juhu. Na kraju dodajte račiće.

PILEĆI BATACI S PRŽENIM KIKIRIKIJEM

4 pileća bataka
1 jaje
2 žlice gustina
4 žlice soja sosa
stručak zelenih grančica celera bez lišća
4 mlada luka (samo bijeli dio)
2 crvene ljute papričice
2 žlice prošeka
1 žlica vinskog octa
2 žlice šećera

pola žličice đumbira
1 žličica sjeckanog češnjaka
šalica prženog kikirikija
4 žlice ulja

Batake narežite preko kostiju na manje komade (zalogaje) i osušite. Jaje lagano istucite, prelijte preko mesa i pospite s jednom žlicom gustina, dodajte 2 žlice soja sosa i dobro promiješajte. Neka stoji oko pola sata. Celer, luk i papričicu nasjeckajte. U čaši pomiješajte 1 dl hladne vode, žlicu gustina, 2 žlice soja sosa, prošek, ocat i šećer. Ulje zagrijte, stavite meso i ispržite ga u nekoliko

puta. U istoj tavi ispržite povrće, đumbir i češnjak, vratite meso, ulijte tekućinu iz čaše, prokuhajte i dodajte kikiriki.

PILEĆA PRSA SA ŠPAROGAMA

2 komada pilećih prsa bez kože i kostiju
1/2 kg šparoga
2 žlice prošeka
pola žličice soli
1 bjelanjak
3 žlice gustina
1 šalica pileće juhe
1 žlica soja sosa
1 žlica jabučnog octa
1 žlica šećera

1 mladi luk (bijeli dio)
pola žličice đumbira
ulje za prženje

Meso narežite na tanke štapiće, šparogama odstranite drvenaste dijelove, pa ih narežite na komade oko 2 cm duge. Bjelanjak lagano istucite, stavite preko mesa i pospite žlicom gustina, pa promiješajte. Neka stoji oko pola sata.

U šalici pomiješajte hladnu juhu s 2 žlice gustina, dodajte prošek, šećer, ocat i soja sos.

U dubljoj tavi zagrijte ulje, ispržite

piletinu (1 min) u nekoliko navrata, ocijedite i ostavite na toplom. Izlijte gotovo sve ulje iz posude, stavite krupno narezan mladi luk, đumbir i šparoge, kratko pržite, zalijte juhom, vratite meso. Kad uzavre, ugasite.

PILEĆI KARABATACI S GLJIVAMA

5 karabataka
30 dag gljiva (bukovača)
1 jaje
3 žlice prošeka
3 žlice soja sosa
2 žlice gustina
3 mlada luka (bijeli dio)
1 žlica jabučnog octa
1 žlica meda
1 žlica češnjaka
pola žličice zelenog papra

na vrh noža đumbira
ulje za prženje

Karabatake narežite tako da izvadite kost, ogulite kožu i narežite ih na zalogaje. Jaje lagano istucite, prelijte preko mesa, pospite žlicom gustina, dodajte žlicu soja sosa, promiješajte i ostavite oko pola sata. Bukovače narežite na štapiće, a luk poprijeko na veće komade. U čaši pomiješajte 2 žlice soja sosa, 1 dl vode, 2 žlice gustina, prošek, ocat i med. Zagrijte ulje u dubokoj posudi, isprženo meso, ocijedite i ostavite na toplom. Odlijte gotovo sve ulje, dodajte bukovače i

pržite ih 5 min. Stavite luk, češnjak i đumbir, dodajte papar, zalijte sosom, zatim vratite meso i zakuhajte još jednom.

PILETINA S PRŽENIM BADEMIMA I GRAŠKOM

2 komada pilećih prsa
6 dag oguljenih i prženih badema
10 dag kuhanog graška
1 manji sitno nasjeckani luk
pola srednjeg korijena celera izrezanog na štapiće
10 dag vrganja
2 žlice soja sosa
2 žlice gustina
jedan i pol dl pileće juhe (od

kostiju i kože)
2 žlice ulja

Meso odvojite od kože i kostiju (od kojih skuhajte laganu juhu) i nasjeckajte ga na kockice. Gljive narežite i malo prodinstajte. Ugrijte ulje, pržite piletinu 2 minute, zatim je izvadite na tanjur. U istu tavu stavite luk, celer i grašak. Pržite 2 minute i dolijte hladnu juhu pomiješanu s gustinom i soja sosom. Miješajte dok ne prokuha, dodajte meso, gljive, pržene bademe i ugasite.

PEČENO-KUHANO PILE

1 pile
20 dag vrganja
1 manji luk
1 žličica sjeckanog češnjaka
svežanj celerovih grančica s malo lišća
10 dag slatkog kupusa
na vrh noža đumbira
1 žlica soja sosa
2 žlice gustina
sol i papar

Ugrijte pećnicu na 220°C. Pile posolite i popaprite. namažite malo uljem. pa zapecite sa svih strana oko 15 minuta. Izvadite ga iz tepsije, stavite u prikladnu dublju posudu. Masnoću od pečenja odstranite, talog (sok) pomiješajte s 2 čaše vode i prelijte preko pileta. Pokrijte posudu i kuhajte na laganoj vatri 40 minuta. U tavi zagrijte 1 žlicu ulja i ispržite luk narezan na 4 dijela, češnjak, đumbir, celer, vrganje i kupus, narezan na rezance. Nakon 2 minute prebacite povrće u piletinu. Zagustite mješavinom gustina, soje i 2 žlice vode.

PATKA S KINESKIM KUPUSOM

1 patka (oko 2 kg)
1/2 kg kineskog kupusa (kod nas pod nazivom kineska salata)
25 dag vrganja
2 manja sjeckana luka
1/2 korijena celera
1 žlica sjeckanog češnjaka
1 žličica mješavine začina (zdrobljeni klinčić, cimet, papar, đumbir)
1 žlica šećera

1 žličica soli
2 žlice soja sosa
2 žlice gustina

U šalici pomiješajte soja sos sa žličicom začina, solju i šećerom, pa namažite patku izvana i iznutra. Ugrijte pećnicu na 220 °C. U tavu stavite 2 žlice ulja, pa dodajte luk, celer, češnjak i tanko izrezane vrganje i pržite dok ne ispari sok što su ga pustili vrganji. Ovom smjesom napunite patku, a otvor sašijte bijelim koncem. Stavite je u vruću pećnicu i pecite oko 20 min (dva puta je preokrenite). Samo izvana mora dobiti boju. Izva-

dite je iz pećnice, dolijte toliko vode da patkica bude pokrivena do polovine, poklopite tepsiju i polako kuhajte oko dva i pol sata. Kupus nasjeckajte na tanke rezance i dodajte soku. Patku izvadite. Sok s kupusom zagustite s 2 žlice gustina otopljenog u 2 žlice hladne vode. Patku izrežite (prsnu kost odstranite) i poslažite po kupusu u soku.

JUHA S PILEĆIM JETRIMA

30 dag pilećih jetrica
3 pileća želuca
pola manjeg korijena celera
svežanj celerovih grančica
2 žlice soja sosa
10 dag špinata
2 žlice ulja
1 litra pileće juhe od kocke
7 dag tankih rezanaca za juhu

Jetra i želuce narežite na što tanje režnjiće. Korijen i grančice celera

usitnite, špinat narežite na rezance. Ugrijte ulje, dodajte celer i đumbir, pržite 1 min. Stavite jetrica i želuce. Naglo pržite još 1 min. Zalijte kipućom juhom, dodajte rezance i začinite soja sosom. Neka kuha 2 min, stavite špinat i nakon 1 min ugasite.

SUŠENA GUŠČETINA S RIŽOM NA KINESKI NAČIN

Osim klasično kuhane riže, kao prilogа kineskim jelima, Kinezi vole i kašu od riže, pomiješanu s raznim vrstama mesa.

1 sušeni guščji batak
25 dag riže
2 žlice soja sosa
pola žličice soli
1 sjeckani mladi luk
na vrh noža đumbira

malo nasjeckane korice od limuna
1 žlica ulja

Rižu isperite u nekoliko voda i ocijedite. Sušenu guščetinu operite, narežite na manje komade. Kosti s ostacima mesa također upotrijebite, ali kasnije, kad jelo bude gotovo, odstranite. Prelijte rižu s 2 l hladne vode, dodajte meso i sve sastojke, osim mladog luka, koji se pospe po gotovom jelu. Kuhajte na laganoj vatri gotovo 2 sata, povremeno miješajući da ne zagori.

PILEĆA PRSA U UMAKU OD RAJČICA

1 kg rajčica
2 komada pilećih prsa
1 srednji luk
1 zelena paprika
2 žlice soja sosa
1 žlica sjeckanog češnjaka
1 žlica vinskog octa
2 žlice šećera
1 žlica gustina
4 žlice ulja

Rajčice stavite u kipuću vodu. Nakon 1 min ocijedite ih, prelijte hladnom vodom i sitno nasjeckajte. Sjemenke odstranite. Piletini odstranite kosti i kožu, nasijecite je na tanke režnjiće. Luk i papriku sitno nasjeckajte. Ugrijte 3 žlice ulja, naglo ispržite meso i stavite ga na topli tanjur. Dodajte u tavu žlicu ulja, pržite luk, češnjak i papriku 1 min, dodajte rajčicu, šećer i ocat. Kuhajte još 5 min. Zagustite žlicom gustina otopljenog u žlici hladne vode. Dodajte ispršeno meso. Kad uzavre, ugasite.

JELA OD RIBA I RAKOVA

Juha od repova škampa
Prženi repovi škampa u ljutoj kremi
Kanapei s repovima škampa
Riblji fileti u paprenom sosu
Riba u limunovom sosu
Omlet od repova škampa
Hrustavi repići od škampa
Škampi s brokolima

Baršunasti škampi
Fileti bijele ribe sa svježim rajčicama
Marinirani šaran
Lignje u baršunastom umaku
Škampi sa slatko-kiselim umakom
Pikantni škampi s graškom
Račići s jajima
Okruglice od bijele ribe
Juha s dagnjama
Nježne okruglice od repova škampa

JUHA OD REPOVA ŠKAMPA

15 dag svježih vrganja ili 5 dag sušenih
20 dag smrznutih repova škampa (bez oklopa)
svežanj mladog luka isjeckanog na kolutiće
1 l pileće juhe bez masnoće
na vrh noža đumbira u prahu
1 žlica prošeka
3 žlice soja sosa
2 žličice škrobnog brašna
1 jaje

Jaje istucite viljuškom da se lagano zapjeni, pa na malo ulja ispecite mali plosnati omlet (pazeći da ne zagori). Kad se prohladi, narežite ga na dasci na tanke rezance. Pileću juhu zakuhajte, dodajte na rezance narezane gljive (ako su sušene, namočite ih prije u vodi), repove škampa i kratko kuhajte (oko 5 min). Zatim dodajte sve začine i lagano zagustite gustinom otopljenim u 1/2 šalice hladne vode. Ugasite vatru, dobro promiješajte i na kraju ubacite rezance od omleta.

PRŽENI REPOVI ŠKAMPA U LJUTOJ KREMI

Pakirani i očišćeni smrznuti repovi škampa mogu se kod nas nabaviti u boljim ribarnicama. Prije upotrebe odmrznite ih na sobnoj temperaturi.

30 dag repova škampa
2 žlice gustina
1 bjelanjak
1 žličica soli
1 fino nasjeckani luk srednje veličine

1 žličica curry praha
pola žličice šećera
pola žličice Tabasco sosa
3 žlice,slatkog vrhnja
2 žlice soja sosa
1 mala crvena slatka paprika narezana na rezance
2 žlice rakije (šljivovice)

Osušene repove stavite u zdjelu, pomiješajte ih s bjelanjkom i pospite mješavinom gustina i soli. Neka stoje oko jedan sat u hladnjaku. Isprţite ih komad po komad u dubokom ulju. Ocijedite od masnoće, a iz

tave izlijte gotovo sve ulje i dodajte luk, curry, šećer, Tabasco i papriku. Pržite kratko, dolijte soja sos i slatko vrhnje. Čim prokuha, ubacite škampe, miješajte još 1 minutu i ugasite. Rakiju malo zagrijte, prelijte preko škampa i zapalite.

KANAPEI S REPOVIMA ŠKAMPA

10 komada tosta
20 repova škampa
2 jaja i žumanjak tvrdo kuhanog jajeta
2 žlice gustina
pola žličice soli
10 dag kuhane ili prešane šunke
2 mlada luka
ulje za prženje

Tost kruh obrežite tako da dobijete uži pravokutnik, na koji stanu 2 repića škampa. Jaja, sol i papar istucite viljuškom, primiješajte gustin, pa svaki repić umočite u smjesu i stavite na svježi tost. Sitno isjeckajte mladi luk (bijeli i zeleni dio), žumanjak i šunku, dodajte preostalu smjesu od jaja, sve dobro promiješajte, pa tom masom ispunite praznine oko škampa na toastu. Viljuškom lagano pritisnite i poravnajte površinu.

Zagrijte dosta ulja i pržite komad po komad, 1–2 minute sa svake strane. Ocijedite na papirnatim salvetama.

RIBLJI FILETI U PAPRENOM SOSU

Filetirati (odstraniti kosti, kožu i narezati na manje komade) možete svaku veću ribu, slatkovodnu i morsku.

1/2 kg ribljih fileta
1 čaša oštrog brašna
3 žlice gustina
2 dl vode
1 jaje
1/2 žličice soli
ulje za prženje

Sos za ribu:

2 žlice konzervirane rajčice pomiješane sa žlicom vode
2 žlice suhog vermuta
pola žličice đumbira
pola žličice Tabasco sosa
1 žlica soja sosa
1 žlica sjeckanog češnjaka
1 žlica šećera

Sve namirnice za sos pomiješajte, kuhajte oko 2 min i ostavite do upotrebe. Filete narežite na zalogaje. Brašno, gustin i sol pomiješajte, dodajte hladnu vodu i miješajte da se

ne stvore grudice. Dodajte jaje i pomiješajte sa smjesom. Ugrijte puno ulja i svaki komad ribe provucite kroz smjesu, pa lijepo ispržite. Ocijedite na papiru. Ugrijte sos do vrenja, dodajte ribu, protresite posudu i odmah ugasite.

RIBA U LIMUNOVOM SOSU

4 ribe od porcije (oko 25 dag svaka: pastrva, arbun, šarag, salpa itd.)
šalica oštrog brašna
1 žličica soli
1 dl vode
1 bjelanjak tučen u lagani snijeg
2 žlice ulja
ulje za prženje

Sos:

1 dl limunovog soka

1 limun narezan na tanke kolutiće
2 dl vode (hladne)
3 žlice smeđeg šećera
na vrh noža đumbira
pola kocke za pileću juhu
1 žlica gustina

Ribu očistite od ljuski i utrobe, operite i posušite. Za sos pomiješajte sve sastojke i kuhajte miješajući oko 2 min. Ribu pospite najprije brašnom sa svih strana, a ostatak brašna pomiješajte s vodom, solju i uljem u glatku smjesu, te dodajte snijeg od

bjelanjka. Zagrijte duboko ulje, svaku ribu umočite s obje strane u smjesu i ispržite. Ocijedite je na papiru i složite u dublji tanjur. Prelijte je vrelim sosom.

OMLET OD REPOVA ŠKAMPA

20 dag repova, odmrznutih na sobnoj temperaturi
8 jaja
2 dl vode (hladne)
3 žlice gustina
1 žličica šećera
pola kocke za pileću juhu
2 žlice soja sosa
5 dag šampinjona narezanih na listiće
1/3 korijena celera narezanog na tanke trake

3 mlada luka narezana na kolutiće
sol, papar
4 žlice ulja

Vodu, gustin, šećer, kocku za juhu i soja sos pomiješajte i kratko zakuhajte, stalno miješajući. Celer i šampinjone prelijte kipućom vodom, kuhajte 1 min i ocijedite. Škampe prerežite po dužini na 4 dijela. Jaja, sol i papar tucite viljuškom oko 5 minuta, dodajte škampe, gljive, celer i svježi luk, dobro promiješajte i ispecite 4 omleta (jedan po jedan). Svaki prelijte u tanjuru vrućim sosom.

HRUSTAVI REPIĆI OD ŠKAMPA

Pola kg očišćenih repova od škampa
3 žumanjka
1 žlica gustina
1/2 žličice soli
na vrh noža papra
10 dag sušene slanine
ulje za prženje

Repove škampa zarežite s donje strane uzdužno i raširite, lagano ih

pritiskujući prstima. Slaninu izrežite na tanke trake široke pola centimetra, a dugačke kao repići. Pritisnite svaku traku na meso škampa po sredini.

Žumanjke, sol, papar i gustin izmiješajte u glatku masu, oprezno provucite kroz smjesu svaki repić sa slaninom i pržite u dubokom ulju. Ocijedite ih na papiru.

ŠKAMPI S BROKOLIMA

Pola kg očišćenih repova
škampa
25 dag brokola
20 dag kineskog kupusa
2 dl pileće juhe od kocke
2 žlice soja sosa
1 žlica gustina
pola žličice šećera
na vrh noža đumbira
na vrh noža papra
3 žlice ulja

Ugrijte 2 žlice ulja i naglo ispržite škampe (1–2 min). Izvadite ih na topli tanjur. Dodajte 1 žlicu ulja, brokole razdijeljene na male ružice, kupus na rezance, pržite još 2 min, zalijte juhom kojoj ste dodali šećer, đumbir, papar i soja sos. Kad zakuha, dodajte gustin izmiješan sa žlicom hladne vode. Promiješajte i odmah ugasite. Vratite pržene škampe i poslužite.

BARŠUNASTI ŠKAMPI

1/2 kg odmrznutih i očišćenih repova škampa
1 manja zelena paprika
1 manja mrkva
10 dag sušene slanine
4 žlice prošeka
3 žlice gustina
1 bjelanjak
1 mali svježi krastavac (kao za kiseljenje)
1 šalica pileće juhe od kocke
2 žlice soja sosa

1 žlica jabučnog octa
1 žlica šećera
1 mladi luk (bijeli dio)
na vrh noža đumbira

Osušite repove škampa, prelijte s 2 žlice prošeka i pospite s 2 žlice gustina. Bjelanjak lagano istucite i prelijte preko škampa, promiješajte. Stavite u hladnjak oko dva sata. Mrkvu narežite na trakice, skuhajte u kipućoj vodi (1 min) i ocijedite. Slaninu narežite na tanke trake, papriku na komade, a krastavac poprijeko na režnjeve debele oko 1 cm. U šalici promiješajte hladnu juhu, 2

žlice prošeka, žlicu gustina, šećer i ocat. U dubokom ulju ispržite škampe, ocijedite i ostavite na toplom. Očistite tavu, dodajte malo ulja, pa ispržite kratko luk, đumbir, papriku, mrkvu i slaninu, zatim stavite krastavac, vratite škampe, dolijte tekućinu iz čaše, zavrijte još jednom stalno miješajući.

FILETI BIJELE RIBE SA SVJEŽIM RAJČICAMA

1/2 kg fileta (list, škarpina, orada itd.)
3 žlice bijelog vermuta
pola žličice soli
na vrh noža bijelog papra
1 bjelanjak
2 žlice gustina
1 manji luk
1 šalica pileće juhe od kocke
2 manje rajčice
ulje za prženje

Filete narežite na zalogaje, poškropite žlicom vermuta, solju i bijelim paprom. Lagano istucite bjelanjak, prelijte ga preko ribe i pospite žlicom gustina. Pokrijte i stavite u hladnjak oko 2 sata. Hladnu juhu pomiješajte sa žlicom gustina i 2 žlice vermuta. Luk narežite na 4 dijela. Rajčicu prelijte kipućom vodom, ohladite ispod mlaza hladne vode, ogulite koru i narežite na ploške. Ugrijte ulje i ispržite ribu. Ocijedite je na papirnatim salvetama. Odstranite gotovo sve ulje, ispržite luk da bude proziran, dodajte rajčice, vratite ribu, zalijte juhom i još jednom zakuhajte.

MARINIRANI ŠARAN

1 šaran od 1 kilograma
4 žlice soja sosa
2 žlice svijetlog vermuta
3 mlada luka (bijeli dio)
1 manja mrkva
stručak grančica celera bez lišća
1 šalica pileće juhe od kocke
3 žlice jabučnog octa
2 žlice kečapa
2 žlice šećera
2 žlice gustina
ulje za prženje

Šarana očistite, zarežite nekoliko puta preko leđa i prelijte ga mješavinom od 3 žlice soja sosa i vermuta. Neka stoji oko pola sata. Luk poprijeko narežite na nekoliko komada, a mrkvu na tanke trake. Ugrijte dosta ulja (1 litru) u dubljem loncu, šarana osušite krpom i držeći ga za rep, uronite u kipuću masnoću. Radite to s kuhinjskom rukavicom. Držite ga tako 6-7 minuta. Izvadite ga i oprezno nabodite ispod glave na široku viljušku, pa ga okrenite s repom u ulje i pecite još par minuta. Ocijedite ga na papirnatim salvetama. U šalici pomiješajte juhu, kečap, gustin, šećer i ocat. U čistu tavu stavite 2 žlice

ulja, ispržite luk, mrkvu i celer, dodajte juhu i miješajte. Kad zakuha, prelijte preko šarana.

LIGNJE U BARŠUNASTOM UMAKU

1/2 kg očišćenih lignji bez krakova
3 žlice svijetlog vermuta
1/2 žličice soli
3 žlice gustina
1 manji svježi krastavac
pola šalice pileće juhe od kocke
1 žličica šećera
2 mlada luka (bijeli dio)
na vrh noža đumbira
na vrh noža bijelog papra
ulje za prženje

Tijelo lignji narežite na trake i poškropite žlicom vermuta, posolite i pospite s 2 žlice gustina. Neka stoji 20 minuta. Ogulite krastavac, izdubite sredinu i narežite na komadiće. Pomiješajte juhu s jednom žlicom gustina, 2 žlice vermuta, šećerom i paprom. Zagrijte ulje i ispržite lignje, (1 min) stavite ih na papir koji upija. Očistite tavu od masnoće, pa na 2 žlice ulja ispržite luk i đumbir, dodajte krastavac, zalijte juhom, vratite lignje i još jednom zakuhajte.

ŠKAMPI SA SLATKO-KISELIM UMAKOM

Slatko-kiseli umak
(upotrebljava se za sva pržena mesa)

2 žlice gustina
2 žlice šećera
na vrh noža soli
3 žlice kečapa
2 žlice jabučnog octa
1 žlica bijelog vermuta
1 žlica soja sosa

Sve sastojke pomiješajte i ulijte u 1 dl kipuće vode, miješajte dok ne uzavre i ugasite.

Odmrznute repove škampa posušite, poškropite s malo vermuta i pospite s 2 žlice gustina (na pola kilograma repova). Neka stoje pola sata, pa ih ispržite u dubokom ulju.

Sos poslužite odvojeno.

PIKANTNI ŠKAMPI S GRAŠKOM

1/2 kg očišćenih repova škampa
4 žlice prošeka
3 žlice gustina
1 bjelanjak
2 žlice kečapa
1 žlica soja sosa
na vrh noža đumbira
2 žlice sjeckanog češnjaka
1 žličica Tabasco sosa
1 žlica jabučnog octa
1 šalica kuhanog graška
2 sjeckana mlada luka
ulje za prženje

Osušene škampe prelijte s 2 žlice prošeka i pospite s 2 žlice gustina, dodajte tučeni bjelanjak i dobro izmiješajte. Pokrijte i stavite na jedan sat u hladnjak. U šalici pomiješajte kečap, soja sos, 2 žlice prošeka, žlicu gustina, 1 dl hladne vode i ocat. U dubokom ulju pržite škampe manje od jedne minute, u nekoliko navrata. Ocijedite ih na papirnatoj salveti. Očistite tavu, ugrijte 2 žlice ulja, dodajte češnjak, đumbir, luk i grašak. Na blagoj vatri pržite 2 minute, prelijte sosom, miješajte dok se ne zgusne, dodajte škampe i odmah ugasite.

RAČIĆI S JAJIMA

1 konzerva ocijeđenih račića
1 žlica prošeka
1 žlica soja sosa
1 mladi luk
10 dag slatkog kupusa
na vrh noža đumbira
sol, bijeli papar
4 jaja
3 žlice ulja

Račiće poškropite žlicom prošeka i žlicom soja sosa. Kupus narežite na

tanke rezance, a luk na kolutiće. Ulje zagrijte, stavite kupus i pržite ga naglo dok sok ne ispari, dodajte luk, đumbir, sol, papar i račiće. Protresite tavu (ne smije se miješati). Jaja razbijte odmah u tavu, ne miješajte dok se ne počnu polako skrutnjavati. Tada sve sastojke pažljivo širokom plosnatom žlicom odižite od dna i preokrećite dok se jaja potpuno ne skrutnu, pazeći da se ne prepeku.

OKRUGLICE OD BIJELE RIBE

30 dag fileta slatkovodne bijele ribe (štuka, smuđ, bjelica itd.)
1 konzerva ocijeđenih račića
2 mlada luka
6 dag oljuštenih badema
na vrh noža đumbira
2 žlice soja sosa
2 žlice gustina
pola kocke za pileću juhu
sol, papar
4 žlice ulja

U stroju za mljevenje mesa, kroz krupnije otvore, protjerajte ribu i račiće. Mladi luk i bademe dobro usitnite. Sve pomiješajte, dodajte sol, papar, jednu žlicu soja sosa, đumbir i jednu žlicu gustina. Izmijesite i ostavite pola sata na sobnoj temperaturi. U šalici hladne vode izdrobite 1/2 kocke za juhu, primiješajte žlicu gustina i žlicu soja sosa. Ulje dobro ugrijte, a od smjese ribe i račića formirajte male okrugle pogačice, pa ih ispržite s obje strane do zlatnožute boje, i izvadite ih na tanjur. Ulijte tekućinu iz čaše i miješajte dok ne uzavre, a sok se ne zgusne. Vratite okruglice i ugasite.

JUHA S DAGNJAMA

20 dag očišćenih dagnji
10 dag vrganja
20 dag svinjetine bez masnoće i žilica
1 mali nasjeckani luk
1 žlica gustina
2 žlice soja sosa
1 litra kipuće vode
3 žlice soka od svježih dagnji
2 žlice ulja

Dagnje dobro operite, stavite u posudu i na blagoj temperaturi grijte

dok se ne otvore. Izvadite ih iz školjke, a 3 žlice soka što je iscurio, sačuvajte. Meso narežite na što tanje režnjiće. Ugrijte 1 žlicu ulja, ispržite meso i izvadite ga na topli tanjur. Dodajte još žlicu ulja, ispržite luk, đumbir i vrganje, zalijte kipućom vodom. Kad prokuha, dodajte 1 žlicu gustina pomiješanog s 1 žlicom hladne vode, začinite sokom od dagnji, soja sosom i stavite odmah dagnje i meso. Kad ponovo zavrije, ugasite.

NJEŽNE OKRUGLICE OD REPOVA ŠKAMPA

1/2 kg očišćenih i odmrznutih repova škampa
nekoliko grančica celera bez lišća
1 manji luk, sitno nasjeckan
1 žlica sjeckanog češnjaka
2 zelene paprike
1 žlica šećera
3 rajčice
pola žličice papra
1 žličica soli
2 žlice soja sosa

2 žlice gustina
3 žlice ulja

Repove škampa protjerajte kroz stroj za mljevenje mesa. Dodajte sol, papar, gustin, šećer, 1 žlicu soja sosa, 1 žlicu ulja i promiješajte. Rajčicu ogulite i nasjeckajte, papriku narežite na kockice. Zakuhajte 2 l vode, žličicom vadite smjesu od škampa i spuštajte u kipuću vodu. Gotove su kad isplivaju. Ugrijte 2 žlice ulja, stavite celer, luk, češnjak i papriku. Pržite 1-2 minute, dodajte rajčice, začinite 1 žlicom soja sosa. Kuhajte 5 min i dodajte okruglice. Još jednom promiješajte.

JELA OD POVRĆA I JAJA

Divlje šparoge s jajima, šunkom i sezamom
Jaja s lukom vlascem
Kupus u ljutom sosu
Pikantni patlidžani
Slana krema od jaja
Mlade mahune u pikantnom umaku
Jaja s povrćem i mesom

DIVLJE ŠPAROGE S JAJIMA, ŠUNKOM I SEZAMOM

20 dag divljih šparoga
10 dag prešane šunke
4 jaja
2 žlice sezamovog sjemena
3 žlice soja sosa
1 žlica šećera
4 žlice ulja

Namažite uljem tavu, ispržite na laganoj vatri sezam. Šunku nasjeckajte na kockice. Šparoge operite, odstranite drvenaste dijelove i stavite u dosta kipuće, posoljene vode. Kuhajte ih 5 minuta, ocijedite i složite na tanjur. Sezam sameljite u mlincu za kavu i pomiješajte s 2 žlice soja sosa, šećerom i 2 žlice ulja, pa prelijte preko šparoga. Jaja lagano istucite, začinite žlicom soja sosa, dodajte im šunku i ispecite meki omlet. Istresite ga na šparoge i odmah poslužite.

JAJA S LUKOM VLASCEM

5 jaja
1 svežnjić luka vlasca
2 žlice gustina
1 dl pileće juhe od kocke
pola žličice soli
1/3 žličice bijelog papra
4 žlice ulja

Hladnu juhu pomiješajte s gustinom. Jaja lagano stucite, posolite, popaprite, pa u njih u tankom mlazu ulijte juhu i stalno metlicom tucite. Vlasac nasjeckajte i dodajte masi. Ugrijte

ulje u većoj tavi, ulijte masu, smanjite vatru. Širokom žlicom odižite jaja od rubova i lagano protresite tavu da se odlijepe od dna. Gornja strana mora ostati kremasta. Oprezno podignite širokom žlicom polovicu omleta i preklopite, a zatim poslužite. Omlet iznutra mora biti veoma mekan, ali ne i tekući.

KUPUS U LJUTOM SOSU

1/2 kg slatkog kupusa
1 žličica soli
2 crvene ljute papričice
na vrh noža đumbira
1 žlica šećera
1 žlica jabučnog octa
1 žlica soja sosa
4 žlice ulja

Kupus narežite na tanke rezance, a papriku na kolutiće. Operite kupus u nekoliko voda i dobro ocijedite. Do-

dajte mu đumbir, sol, papriku, šećer, ocat i soja sos i sve promiješajte. Ugrijte ulje, stavite kupus i na jačoj temperaturi pržite stalno miješajući, dok gotovo sav sok ne ispari. Može se poslužiti i hladno kao salata.

PIKANTNI PATLIDŽANI

2 srednja patlidžana
20 dag svinjetine
6 mladih lukova (bijeli dio)
3 žlice soja sosa
2 žlice bijelog vina
1 žlica vinskog octa
1 žlica šećera
1 žličica Tabasco sosa
na vrh noža đumbira
1 žličica sjeckanog češnjaka
ulje za prženje

Neoguljene patlidžane razrežite na tanje kriške kao jabuku. Meso narežite na što tanje režnjeve. U šalici pomiješajte soja sos, vino, ocat, šećer i Tabasco. Zagrijte ulje u dubokoj posudi i pržite patlidžane oko 2 min. Izvadite ih na papirnate salvete. Očistite tavu, stavite 2 žlice ulja i ispržite krupno narezani luk i češnjak. Prebacite ga preko patlidžana. Dodajte u tavu još 2 žlice ulja, ispržite meso, začinite đumbirom i dodajte sos iz šalice. Kad zakuha, vratite u tavu patlidžane, češnjak i luk, još jednom promiješajte i ugasite vatru.

SLANA KREMA OD JAJA

4 jaja
3 mlada luka (sitno nasjeckana)
1 žličica Aji-Shia (ili Vegete)
1/2 l vode
2 žlice soja sosa
na vrh noža papra
1 žlica ulja

Vodu prokuhajte i ostavite da se gotovo ohladi. Jaja razbijte u vatrostalnu zdjelu, lagano ih izmutite, dodajte sve sastojke, osim vode. Ne-

prestano muteći, dolijevajte vodu u tankom mlazu. Zdjelu stavite u veću posudu s kipućom vodom, poklopite i kuhajte dok se jaja ne skrutnu.

MLADE MAHUNE U PIKANTNOM UMAKU

20 dag junetine (bez žilica)
1/2 kg mladih mahuna
2 šalice pileće juhe od kocke
2 žlice soja sosa
1 žlica šećera
1 žlica vinskog octa
1 mladi fino nasjeckani luk (bijeli dio)
1/2 žličice đumbira
1 žlica nasjeckanog češnjaka
1 žlica gustina

1 ljuta crvena papričica
4 žlice ulja

Meso nasjeckajte na tanke režnjeve (zalogaje), papriku na kolutiće. U šalici pomiješajte hladnu pileću juhu, šećer, ocat i gustin. Ugrijte 2 žlice ulja, ispržite meso i izvadite na topli tanjur. Dodajte još 2 žlice ulja, pa stavite mladi luk, đumbir, češnjak, papričicu i mahune. Smanjite vatru i pirjajte 6-7 minuta, vratite meso, zalijte začinjenom juhom i miješajte dok se sok ne zgusne.

JAJA S POVRĆEM I MESOM

15 dag svinjetine bez masnoće
1 šalica kuhanog graška
1 kriška nasjeckanog korijena celera
1 srednji luk, sitno nasjeckan
1 manja rajčica
pola žličice soli
4 jaja
1 žlica soja sosa
3 žlice ulja

Ugrijte ulje, dodajte svinjetinu izrezanu na tanke štapiće, pa pržite 1

min i dodajte luk i celer. Nakon 1 min dodajte grašak, pa razbijte jaja u tavu i posolite. Lagano miješajte dok se jaja ne skrutnu. Ne smiju biti potpuno pečena. Gotovo jelo ukrasite ploškama rajčice.

SLATKI ZALOGAJI

Karamelizirane jabuke
Kineski krokant slatkiši
Pržene banane sa sladoledom od vanilije

KARAMELIZIRANE JABUKE

2 veće jabuke
1 šalica oštrog brašna
2 šalice šećera
zdjela hladne vode s ledom
ulje za prženje

Ogulite i očistite jabuke od sjemenki, narežite na krupnije kriške. Brašno pomiješajte s toliko vode da dobijete masu kao za palačinke. Tanjur za serviranje namažite tanko uljem. U dublju tavu stavite dosta ulja, zagrijte. Kriške jabuka umočite u tijesto,

pržite do svijetlosmeđe boje i ocijedite na papirnatim salvetama. Odlijte masnoću, obrišite tavu i dodajte šećer i čašu vode. Kuhajte šećer oko 10 min do svijetlog karamela. Posudu odmah maknite s vatre. Jabuke uvaljajte, komad po komad, u karamel i prebacite u zdjelu s ledenom vodom, dok se šećer ne skrutne, pa stavljajte na tanjur. Tokom postupka u vodu dodajte još leda ako je potrebno. Tako možete pripremiti gotovo svako voće.

KINESKI KROKANT SLATKIŠI

3 žlice sezama
2 šalice prženog neslanog kikirikija
3 šalice šećera
3 žlice limunovog soka

Stavite sezam u zagrijanu pećnicu na 180 °C i pecite ga oko 5-6 min. Šećer, limun i 5 žlica vode stavite kuhati na niskoj temperaturi. Ne miješajte dok ne provre, a zatim još kuhajte oko 10 min. Tepsiju namažite tanko uljem, prekrijte dno mješa-

vinom sezama i kikirikija, pa prelijte vrućim karamelom. Dok je još mlako izrežite na pravokutnike i složite na tanjur.

PRŽENE BANANE SA SLADOLEDOM OD VANILIJE

3 banane
1 šalica oštrog brašna
1/2 paketića praška za pecivo
na vrh noža sode bikarbone
na vrh noža soli
sitni šećer za posipanje
ulje za prženje
gotovi sladoled od vanilije

Brašno pomiješajte s praškom za pecivo, sodom bikarbonom, solju i čašom vode u glatku smjesu. Ogu-

ljene čvrste banane prerežite poprečno na 2 dijela. Umočite ih u smjesu i ispržite u puno ulja. Izvadite ih na upijajući papir i servirajte posute sitnim šećerom, uz sladoled od vanilije.

SADRŽAJ

Sam svoj Kinez (predgovor: Igor Mandić) 5
Jela od svinjetine 17
Jela od govedine 49
Jela od peradi 73
Jela od riba i rakova 139
Jela od povrća i jaja 183
Slatki zalogaji 199

TISAK
Grafički zavod Hrvatske,
Zagreb, 1989.
Naklada 5000
ISBN 86-399-0196-1